Malu na Cozinha

EDITORA ALTO ASTRAL

Salgadinhos



- ✔ Coxinha
- ✔ Quibe
- ✔ Empadinha
- ✔ Pastel
- ✔ Esfirra

41 RECEITAS deliciosas e fáceis de fazer!!!



Canudinho de palmito



Minicroissant



Pão de queijo

Malu na Cozinha

Tem coisa mais gostosa do que reunir a família, os amigos ou mesmo preparar uma festa regada a vários tipos de salgadinhos? Não tem, não é mesmo? Foi por isso que a gente preparou essa revista, com os mais saborosos salgados, para você não ter dúvidas na hora em que entrar na cozinha. São receitas fáceis de preparar e de darem água na boca. É só você seguir certinho o que pede cada uma delas e depois aguardar os elogios. Aproveite!

Renata Raposo

Tire suas dúvidas

Sempre que encontrar o ícone ✍ na revista, fique atenta! É um toque importante que explica cada procedimento da receita para que ela fique deliciosa. Essas dicas estarão sempre reunidas aqui para facilitar o preparo dos pratos e acabar com as suas dúvidas, certo?

Pincelar: passe, com um pincel culinário, gema de ovo na superfície da massa ou qualquer outro ingrediente indicado na receita, como o molho de tomate.

Ponto de enrolar: com as mãos, enrole uma porção de massa e faça uma bolinha. Se ela não grudar, o ponto está correto.

Sovar: amassar bem a massa em uma superfície lisa e enfarinhada até desgrudar das mãos.

Serviço

Culinaristas: **Mirian Soro** (0xx11) 3931-3885

Objetos: **Bowl's Art Mix** (0xx11) 3064-8991; **Camicado** (0xx11) 5561-9510; **Stella Ferraz Cerâmicas** (0xx11) 3841-9368; **Suxxar** (0xx11) 3842-3200; **Yellow's House** (0xx11) 5051-0438

Revisão técnica: **Valéria Bárbara Nogueira** (0xx14) 3276-4427

"Os telefones foram checados pela redação. Não nos responsabilizamos por mudanças ocorridas após o fechamento dessa edição."

Redação: Flávio Ramalho, Renata Raposo (edição e texto); **Produção gráfica:** Diego Ramos (diagramação); Fernando Dias (ilustração); **Fotos/Scanner:** ImageXPress Stúdio Gráfico Digital — Fone (0xx14) 2106-2727, Fax (0xx14) 2106-2728; **Impressão:** IMPRES Gráfica; **Distribuição:** Dinap

EDITORA ALTO ASTRAL

DIRETORIA
Presidente: João Carlos de Almeida
Diretor Executivo: Pedro José Chiquito

GERÊNCIAS
Administrativo/Financeiro: Jason Pereira
Custos Gráficos: José Antonio Rodrigues
Operações: Celso Agostinho
Marketing: Silvino Brasolotto Junior

EDITORIAL
Editor Executivo: Sandro Paveloski
Editora: Ianara Althero
Analista de Imagem: Otávio Mattiazzo Neto
Revisão: Rita de Cássia Aria
Apoio Editorial: Gustavo Cândido, Angela Moraes
Web: Mara De Santi
Produção: Gisele Tesser
Reportagem: Fátima Telles (RJ), Paula Penedo (SP)
Assistente de Operações: Mirian Sasaki
Documentação: Karla Abreu, Fabiana Moreira
Redação/Bauru: Rua Gustavo Maciel, 19-26, CEP 17012-110, Bauru, SP. Correspondência: Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Bauru, SP
Fone (0xx14) 3235-3878, Fax (0xx14) 3235-3879
Sucursal/São Paulo: Rua Major Quedinho, 111, 19º andar, sala 1.901, Centro, CEP 01050-030, São Paulo, SP. Fone/Fax (0xx11) 3217-2900
Sucursal/Rio de Janeiro: Rua Visconde de Pirajá, 414, sala 1.313, Ipanema, CEP 22410-002, Rio de Janeiro, RJ. Fone/Fax (0xx21) 2267-6724.

CIRCULAÇÃO
Coordenação: André Goulart
Assistentes: Silvia Vieira, Lissandra Mahnis

MARKETING
Publicidade
Marketing Publicitário: Thomas Steward
Executivos de Contas: Celso Rodrigues, Rosa Barreira, Ana Paula Miranda (0xx11) 3217-2900
E-mail: publicidade@astral.com.br
Assistente: Helen Martins
Pesquisa: Flaviana Castro
Assinaturas: Fabiano Flamínio
Atendimento ao Leitor: Ieda Maria de Souza

ANER
www.aner.org.br

ATENDIMENTO AO LEITOR
(0xx14) 3235-3881
E-mail: malu@astral.com.br
Horário de atendimento de segunda a sexta, das 8h às 12h e das 14h às 18h.
Caixa Postal: 471, CEP 17001-970, Bauru, SP

CAPA: Foto: Marcelo Breyne, Fábio Muniz Produção Gráfica: Diego Ramos

Canudinho de palmito

🕘 1h30 — 24 unidades

INGREDIENTES

- ***1 cebola picada***
- ***1 tomate picado***
- ***3 colheres (sopa) de azeite***
- ***1 lata de palmito picado***
- ***1 colher (sopa) de salsa picada***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1 colher (sopa) de farinha de trigo***
- ***1 xícara (chá) de leite***
- ***24 canudinhos comprados***

Junte e refogue a cebola e o tomate no azeite por 5 minutos. Acrescente o palmito, a salsa, o sal e a pimenta. Deixe refogar por 10 minutos, mexendo sempre. Coloque a farinha dissolvida no leite e cozinhe por 10 minutos. Deixe esfriar, recheie todos os canudinhos e depois sirva.



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: BOWL'S ART MIX

Bolinha de carne

🕘 2h30 — 100 unidades

INGREDIENTES

- ***1kg de carne moída (patinho)***
- ***2 tomates picados***
- ***1 xícara (chá) de pimentão verde picado***
- ***Pimenta-do-reino e cheiro-verde a gosto***
- ***1 cebola picada***
- ***4 dentes de alho picados***
- ***1 litro de leite***
- ***4 colheres (sopa) de maisena***
- ***Uvas passas sem semente para rechear***
- ***2 xícaras (chá) de farinha de rosca***
- ***3 ovos batidos***
- ***Óleo para fritar***

Refogue a carne moída com o tomate, o pimentão, o cheiro-verde, a pimenta, a cebola e o alho. Numa peneira, aperte a carne até separar o caldo. Junte a esse caldo, o leite e a maisena e leve ao fogo para engrossar. Acrescente à carne, mexendo bem. Deixe esfriar e faça bolinhas, colocando 1 uva passa. Passe na farinha, no ovo e, de novo, na farinha. Frite em óleo quente.

Bolinha de azeitona

🕘 1h (+1h de geladeira) — 100 unidades

INGREDIENTES

- ***1 xícara (chá) de ricota fresca amassada***
- ***1 pote de cream cheese (200g)***
- ***150g de queijo gorgonzola***
- ***1 colher (sopa) de manteiga***
- ***1 xícara (chá) de azeitonas pretas sem caroço***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1 pacote de torradas redondas para canapês***
- ***Sementes de gergelim, salsa, orégano, sementes de papoula ou nozes moídas para envolver as bolinhas***

Passe os queijos e a manteiga pelo processador e coloque em uma tigela. Junte a azeitona e tempere com sal e pimenta-do-reino. Cubra com filme plástico e leve à geladeira por 1 hora. Retire, faça bolinhas e passe pelo gergelim ou pelas nozes. Sirva acompanhado de torradinhas.

Coxinha

3h | 15 unidades



Foto: Marcelo Breyne Produção: Denise Costa e Cecília Salomão Objetos: Denise Costa

INGREDIENTES

- ***5 xícaras (chá) da água do peito de frango cozido***
- ***1 colher (sopa) de manteiga***
- ***Sal a gosto***
- ***2 cubos da caldo de galinha***
- ***4 xícaras (chá) de farinha de trigo***

RECHEIO

- ***1/2 xícara (chá) de azeite***
- ***2 cebolas picadas***
- ***1 tomate picado***
- ***2 peitos de frango cozidos e desfiados***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***2 colheres (sopa) de cheiro-verde***
- ***2 ovos***
- ***2 xícaras (chá) de farinha de rosca***
- ***Óleo para fritar***

Leve ao fogo até ferver a água, a manteiga, o sal e o caldo de galinha. Adicione a farinha de trigo até desgrudar do fundo da panela. Coloque em uma superfície lisa e seca e deixe esfriar. Para o recheio, em uma panela, coloque o azeite, a cebola, o tomate e refogue. Acrescente o frango, sal, pimenta, o cheiro-verde e refogue por 10 minutos. Sove a massa, abra círculos e recheie. Feche a massa em formato de coxinha, passe nos ovos batidos e na farinha de rosca. Frite em óleo quente por 10 minutos ou até dourar. Retire, escorra em papel-toalha e sirva.

Bauruzinho

2h30 | 90 unidades

INGREDIENTES

- ***2 colheres (sopa) de açúcar***
- ***1 colher (sopa) de sal***
- ***50g de fermento biológico***
- ***1 xícara (chá) de óleo***
- ***2 xícaras (chá) de água morna***
- ***1kg de farinha de trigo***
- ***Farinha de trigo para enfarinhar***

RECHEIO

- ***300g de queijo mussarela***
- ***250g de presunto***
- ***2 tomates***
- ***Sal e orégano a gosto***
- ***1 ovo***

Misture o açúcar, o sal, o fermento e mexa bem até virar um líquido. Junte o óleo, a água morna e misture. Adicione a farinha aos poucos até não grudar mais nas mãos. Sove bem a massa e faça bolinhas. Coloque em uma superfície enfarinhada e deixe crescer por 20 minutos ou até dobrar de volume. Abra a massa e coloque 1 fatia de mussarela, 1 fatia de presunto e 1 rodela de tomate temperado com sal e orégano. Feche a massa no formato de um travesseiro, apertando bem para não abrir. Distribua em uma fôrma, deixando 2cm de espaço entre eles. Pincele com o ovo batido e leve ao forno, preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Retire e sirva.

Bolinho de bacalhau

1h20 | 30 unidades

INGREDIENTES
- ***300g de bacalhau cozido***
- ***1/2kg de batata cozida***
- ***2 ovos***
- ***1 cebola média***
- ***Pimenta-do-reino, sal e salsa***
- ***Óleo para fritar***

Passe o bacalhau na máquina de moer ou no processador por 2 vezes. Amasse as batatas e junte ao bacalhau. Pique a salsa e a cebola. Tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto. Junte à primeira mistura. Adicione os ovos e mexa até formar uma massa homogênea. Faça bolinhos, enrolando-os entre as mãos e frite-os em bastante óleo.



FOTO: ALFREDO FRANCO PRODUÇÃO: FOODLOOK

Bolinha de queijo

2h | 70 unidades

INGREDIENTES
- ***1 litro de água***
- ***Sal a gosto***
- ***3 colheres (sopa) de manteiga***
- ***4 xícaras (chá) de farinha de trigo***
- ***2 ovos***
- ***50g de queijo parmesão ralado***
- ***1 clara***
- ***1 xícara (chá) de farinha de rosca***
- ***Óleo para fritar***

RECHEIO
- ***300g de queijo provolone cortado em cubos***

Em uma panela, leve ao fogo a água, o sal, a manteiga e espere ferver. Acrescente a farinha de trigo, mexendo sempre até soltar do fundo da panela. Em uma tigela, bata os ovos com o parmesão e despeje dentro da panela já com o fogo desligado, mexendo sempre até ficar homogêneo. Deixe esfriar, sove a massa e faça bolinhas. Em cada uma, coloque um cubo de provolone no meio. Passe na clara, na farinha de rosca e frite em óleo quente. Retire e escorra em papel-toalha.

Bolinha de peixe

2h | 100 unidades

INGREDIENTES
- ***1 cebola picada***
- ***2 tomates picados sem pele e sem sementes***
- ***1 colher (sopa) de cheiro-verde picado***
- ***3 colheres (sopa) de azeite***
- ***300g de filé de merluza***
- ***1 colher (sopa) de margarina***
- ***500g de batata cozida e espremida***
- ***2 ovos***
- ***2 xícaras (chá) de farinha de trigo***
- ***2 xícaras (chá) de água***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***Óleo para fritar***

Em uma panela, coloque a cebola, o tomate, o cheiro-verde e o azeite. Refogue por 10 minutos e junte o filé de merluza, deixando cozinhar até o peixe amaciar. Tempere com sal e pimenta, acrescente a margarina e retire do fogo. Adicione a batata e misture bem. Junte os ovos, a farinha de trigo e a água até dar o ponto de enrolar. Faça bolinhas e frite.

Empada de palmito

3h | 150 unidades



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: DENISE COSTA

INGREDIENTES

- *1kg de farinha de trigo*
- *500g de gordura vegetal*
- *5 ovos*
- *Sal a gosto*
- *1 lata de creme de leite*

RECHEIO

- *1/2 xícara (chá) de azeite*
- *2 cebolas picadas*
- *2 vidros de palmito picado*
- *4 xícaras (chá) de água*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *2 colheres (sopa) de cheiro-verde*
- *5 colheres (sopa) de farinha de trigo*
- *Azeitonas a gosto*
- *2 gemas*

Misture os ingredientes da massa. Para o recheio, em uma panela, coloque o azeite, a cebola e deixe fritar. Acrescente o palmito picado e refogue por 10 minutos, mexendo de vez em quando. Adicione 3 xícaras (chá) de água, o sal, a pimenta, o cheiro-verde e ferva. Dissolva a farinha de trigo na água restante e misture ao refogado. Cozinhe por 10 minutos, mexendo sempre, ou até engrossar. Deixe esfriar. Forre fôrmas de empada grande com a massa. Coloque o recheio, uma azeitona sem caroço e um círculo de massa aberta por cima. Ponha em uma assadeira, pincele com as gemas e leve ao forno preaquecido por 30 minutos ou até ficar levemente dourado. Retire, desenforme e sirva.

Croquete de anjo

2h | 25 unidades

INGREDIENTES

- *2 e 1/2 xícaras (chá) de leite*
- *5 colheres (sopa) de farinha de trigo*
- *1 lata de milho escorrido*
- *2 colheres (sopa) de margarina*
- *1 cebola ralada*
- *Sal a gosto*
- *1 xícara (chá) de mussarela em cubos*
- *1 xícara (chá) de macarrão cabelo-de-anjo*
- *1/2 xícara (chá) de farinha de trigo*
- *1 ovo ligeiramente batido*
- *Óleo para fritar*

Bata no liqüidificador o leite, a farinha e o milho, sem deixar o milho desmanchar completamente. Reserve. Leve a margarina ao fogo e doure a cebola. Junte o creme reservado, tempere com o sal e mexa até soltar do fundo da panela. Retire do fogo e deixe esfriar. Faça bolinhas com a massa, coloque cubos de mussarela dentro e feche no formato de croquete. Quebre com as mãos o macarrão cru e empane os croquetes, passando na farinha, no ovo e no macarrão. Frite aos poucos em óleo quente.

Esfirra de carne

1h30 (+20min de descanso)

15 unidades

INGREDIENTES

- ***80g de fermento biológico fresco***
- ***1 colher (sopa) de sal***
- ***2 colheres (sopa) de açúcar***
- ***1 xícara (chá) de óleo***
- ***2 xícaras (chá) de água morna***
- ***1kg de farinha de trigo***

RECHEIO

- ***2 colheres (sopa) de óleo***
- ***1kg de carne moída***
- ***2 cebolas picadas***
- ***3 tomates picados***
- ***2 colheres (sopa) de cheiro-verde picado***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1 colher (chá) de orégano***
- ***2 gemas***

Em uma tigela, misture o fermento, o sal e o açúcar até formar um líquido. Acrescente o óleo e a água morna. Adicione a farinha de trigo aos poucos, misturando até a massa



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: SUXXAR

desgrudar das mãos. Sove a massa, divida em 15 partes iguais, deixe crescer por 20 minutos e reserve. Para o recheio, coloque o óleo e a carne em uma panela e refogue por 10 minutos, mexendo de vez em quando. Despeje em uma tigela, acrescente a cebola, o tomate, o cheiro-verde, o sal, a pimenta e o orégano. Com um rolo, abra as massas em círculos e coloque duas colheres (sopa) do recheio dentro. Feche a massa em formato de triângulo, apertando bem para que não abra. Coloque em uma assadeira, pincele com as gemas e leve ao forno preaquecido por 25 minutos ou até que estejam levemente douradas. Retire do forno e sirva.

Bolinho de tomate

2h 50 unidades

INGREDIENTES

- ***6 tomates sem sementes picados***
- ***1 ovo***
- ***1 cubo de caldo de galinha***
- ***1 xícara (chá) de leite***
- ***1 colher (sopa) de margarina***
- ***1 dente de alho***
- ***1 colher (sopa) de salsa picada***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1 xícara (chá) de farinha de trigo***
- ***1 ovo ligeiramente batido***
- ***1 xícara (chá) de farinha de rosca***
- ***Óleo para fritar***

No liqüidificador, coloque os tomates, o ovo, o caldo de galinha, o leite, a margarina e o alho. Bata até ficar cremoso. Transfira para uma panela, junte a salsa e tempere com sal e pimenta a gosto. Leve ao fogo, deixe ferver e acrescente a farinha de trigo. Cozinhe até desgrudar do fundo da panela. Retire do fogo, faça os croquetes, passe pelo ovo, pela farinha de rosca e frite em óleo quente.

Surpresa de salsinha

2h (+3h de geladeira)

32 unidades



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: SUXXAR E CAMICADO

INGREDIENTES

- ***1 pacote de pão de fôrma sem casca***
- ***500g de salsinha fervida***
- ***2 xícaras (chá) de maionese***
- ***1 colher (sopa) de molho inglês***
- ***1 colher (sopa) de suco de limão***
- ***1 colher (sopa) de cheiro-verde***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***Folhas de cheiro-verde para decorar***

Reserve o pão. Triture os demais ingredientes no processador e misture bem. Passe esse patê no pão e cubra com outra fatia. Corte em quatro, embrulhe cada parte em papel-alumínio e leve à geladeira por 3 horas. Retire, decore com o patê e as folhas de cheiro-verde e sirva.

Esfirra

1h30 (+ 20min de descanso) 30 unidades

INGREDIENTES

- ***2 e 1/2 xícaras (chá) de maisena***
- ***2 e 1/2 xícaras (chá) de farinha de trigo***
- ***80g de fermento biológico***
- ***1 xícara (chá) de água morna***
- ***1 colher (sopa) de açúcar***
- ***1 colher (sopa) de sal***
- ***1 xícara (chá) de óleo***
- ***Farinha de trigo para polvilhar***
- ***1 gema batida***

RECHEIO

- ***1kg de carne moída***
- ***2 cebolas raladas***
- ***Suco de 2 limões***
- ***2 tomates maduros picados***
- ***1/2 xícara (chá) de salsa picada***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***

Peneire a maisena com a farinha. Misture 1/2 xícara (chá) de farinha peneirada ao fermento. Junte a água, amasse e deixe levedar por 10 minutos. Reserve. Misture o restante da farinha peneirada, o açúcar, o sal, o fermento levedado e o óleo. Sove a massa por 15 minutos. Cubra com um pano e deixe crescer por 20 minutos, até dobrar de volume. Reserve. Para o recheio, tempere a carne com os outros ingredientes. Misture tudo e reserve. Abra a massa em pequenas porções em uma superfície lisa e enfarinhada. Distribua o recheio e feche formando as esfirras. Pincele com a gema e leve ao forno por 30 minutos ou até dourar.

Empadinha de frango

3h 100 unidades

INGREDIENTES

- ***1kg de farinha de trigo***
- ***1/2kg de gordura vegetal***
- ***1 lata de creme de leite***
- ***Sal a gosto***
- ***5 ovos***

Minicroissant

🕘 **1h25 (+20min de descanso)**

50 unidades



Foto: Marcelo Breyne Produção: Denise Costa e Cecília Salomão Objetos: Suxxar e Camicado

Ingredientes

- ***4 xícaras (chá) de farinha de trigo***
- ***1 colher (sopa) de banha***
- ***4 colheres (sopa) de açúcar***
- ***4 gemas***
- ***2 claras***
- ***2 colheres (sopa) de fermento em pó***
- ***1 colher (chá) de sal***
- ***1 xícara (chá) de leite***
- ***1 xícara (chá) de margarina para folhados***
- ***250g de presunto fatiado***
- ***250g de queijo mussarela fatiado***
- ***1 gema***
- ***Queijo parmesão ralado***

Numa superfície lisa, coloque a farinha de trigo e faça um buraco no centro. Junte a banha, o açúcar, as gemas, as claras, o fermento, o sal e o leite até dar o ponto de enrolar. Sove a massa e deixe descansar por 20 minutos. Abra a massa com um rolo e passe a margarina por cima. Dobre em 3 partes, abra com o rolo novamente e repita o mesmo processo mais 2 vezes. Abra a massa bem fina, corte em quadrados e, em seguida, em triângulos. Recheie com o presunto, a mussarela e enrole. Pincele com a gema, polvilhe com o queijo e leve ao forno preaquecido até assar. Retire e sirva.

Recheio

- ***1 cebola picada***
- ***2 tomates picados***
- ***3 colheres (sopa) de azeite***
- ***2 peitos de frango cozidos e desfiados***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***2 colheres (sopa) de salsa picada***
- ***2 colheres (sopa) de farinha de trigo***
- ***2 colheres (chá) de leite***
- ***2 ovos***

Para o recheio, refogue a cebola e o tomate no azeite por 10 minutos. Junte o frango e refogue por mais 5 minutos. Tempere com sal e pimenta, adicione a salsa e misture bem. Acrescente a farinha dissolvida no leite e cozinhe até engrossar. Retire do fogo e deixe esfriar. Em uma tigela, coloque todos os ingredientes da massa e misture bem. Sove a massa. Forre forminhas de empada e recheie. Cubra com 1 círculo de massa e pincele com os ovos. Leve ao forno preaquecido por 30 minutos ou até dourar.

Cubinho de queijo

🕘 **1h (+1h de geladeira)** **20 unidades**

Ingredientes

- ***2 xícaras (chá) de queijo prato em cubos***
- ***1 xícara (chá) de maionese***
- ***1 colher (chá) de molho de soja (shoyu)***
- ***2 colheres (chá) de fondor®***
- ***1 xícara (chá) de castanha de caju triturada***

Espete os cubos de queijo prato em palitos e reserve. Misture a maionese, o molho de soja e o fondor. Mergulhe os palitinhos nessa mistura até cobrir bem e passe na castanha de caju. Leve à geladeira por 1 hora. Retire e sirva em seguida.

Forminhas de champignon

30min | 30 unidades

INGREDIENTES
- *1 pacote de forminhas (tipo mil folhas)*
- *1/2 cebola ralada*
- *1 colher (sopa) de azeite*
- *1 lata de creme de leite*
- *1 copo de leite*
- *2 colheres (chá) de sal*
- *1/2 colher (chá) de pimenta-do-reino branca*
- *1 colher (sopa) de maisena*
- *1 vidro grande de champignon*
- *1 colher (sopa) de salsinha picada*

Refogue no azeite a cebola com metade do champignon picado.



FOTO: ALFREDO FRANCO PRODUÇÃO: FOODLOOK

Reserve o restante para decorar no final. Junte o creme de leite, o sal, a pimenta e a salsinha, mexendo em fogo médio. Adicione a maisena dissolvida no leite e cozinhe em fogo baixo até engrossar. Corrija o sal e a pimenta se necessário e forre as forminhas com cerca de 1 colher (chá) bem cheia de creme. Decore com o champignon reservado e sirva. Caso tenha que fazer com antecedência, deixe pronto na geladeira e leve ao forno minutos antes de servir.

Carolina de queijo

1h30 | 50 unidades

INGREDIENTES
- *2 colheres (sopa) de margarina*
- *1 xícara (chá) de farinha de trigo*
- *1 e 1/2 xícara (chá) de leite*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *5 ovos*
- *1/2 xícara (chá) de queijo prato ralado grosso*
- *1/2 xícara (chá) de queijo parmesão ralado*
- *Óleo para fritar*

Derreta a margarina, junte a farinha dissolvida no leite e cozinhe até desgrudar do fundo da panela. Tempere com sal e pimenta a gosto. Retire do fogo e junte os ovos, um a um, mexendo vigorosamente com uma colher de pau. Acrescente os queijos e misture bem. Modele as carolinas e frite em óleo bem quente até dourar.

Cebolito

50min | 70 unidades

INGREDIENTES
- *2 xícaras (chá) de farinha de trigo*
- *1 envelope de creme de cebola*
- *1 xícara (chá) de margarina*
- *Queijo parmesão ralado para polvilhar*
- *1 ovo*

Em uma tigela, coloque a farinha, o creme de cebola, a margarina e amasse com as mãos até formar uma massa lisa. Abra a massa sobre um filme plástico, corte em círculos e faça um buraco. Coloque em uma assadeira, pincele com o ovo, polvilhe

Pão de queijo

2h | 30 unidades

INGREDIENTES

- ***1/2kg de polvilho doce***
- ***600ml de leite***
- ***3 colheres (sopa) de banha de porco***
- ***1 colher (sopa) rasa de sal***
- ***3 ovos***
- ***1 prato raso de queijo parmesão ralado***



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: YELLOW'S HOUSE

Coloque em uma panela o leite, a banha, o sal e leve ao fogo até que ferva. Coloque o polvilho em uma bacia e jogue o leite fervendo por cima, mexendo bem até virar uma bola. Deixe esfriar, coloque os ovos e o queijo e amasse bem. Faça bolinhas e leve para assar, em forno quente, por 35 minutos ou até que fiquem douradas.

com o queijo ralado e leve ao forno por 20 minutos. Retire e sirva.

Croquete de carne

2h | 60 unidades

INGREDIENTES

- ***1/2 xícara (chá) de azeite***
- ***1/2kg de carne moída***
- ***1 cebola picada***
- ***2 cubos de caldo de carne***
- ***1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado***
- ***1 colher (sopa) de margarina***
- ***1 litro de leite***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1/2kg de farinha de trigo***
- ***1 ovo***
- ***2 xícaras (chá) de farinha de rosca***
- ***Óleo para fritar***

Coloque o azeite na panela, junte a carne moída e deixe fritar até secar. Acrescente a cebola picada, os cubos de caldo de carne, o cheiro-verde, a margarina, o leite e tempere com sal e pimenta a gosto. Leve ao fogo até ferver. Junte a farinha de trigo e mexa até soltar do fundo da panela. Retire do fogo, deixe esfriar e faça os croquetes. Passe no ovo batido, na farinha de rosca e frite.

Canapê de alho

45min | 10 unidades

INGREDIENTES

- ***3 dentes de alho picados***
- ***5 colheres (sopa) de azeite***
- ***10 torradas para canapê***
- ***5 tomates sem pele e sem sementes picados***
- ***Sal, orégano e manjericão a gosto***
- ***10 fatias de mussarela de búfala***

Misture o alho com o azeite e pincele as torradas com essa mistura. Coloque em uma assadeira e leve ao forno até dourar. Misture o tomate com sal, orégano e manjericão a gosto. Coloque sobre cada torrada uma fatia de mussarela de búfala e um pouco do tomate temperado. Volte ao forno para aquecer. Sirva quente.

SALGADINHOS

Pastel

30min | 30 unidades

INGREDIENTES

- ***500g de queijo-de-minas fresco picado***
- ***Sal, pimenta-do-reino e orégano a gosto***
- ***1 pacote de massa para pastel redonda (500g) (comprada pronta)***
- ***Azeitona sem caroço a gosto***
- ***Óleo para fritar***

Em uma tigela, coloque o queijo picado e tempere com sal, pimenta e orégano. Pegue cada círculo da massa e recheie com o queijo temperado e uma azeitona. Feche, apertando bem com um garfo para que a massa não abra. Frite em óleo quente por 5 minutos de cada lado ou até dourar levemente. Retire, escorra em papel-toalha e sirva.



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: CAMICADO

Milhito

2h | 60 unidades

INGREDIENTES

- ***3 latas de milho verde***
- ***2 colheres (sopa) de margarina***
- ***1 cebola grande picada***
- ***2 cubos de caldo de galinha***
- ***3 xícaras (chá) de leite***
- ***Sal a gosto***
- ***1/2kg de farinha de trigo***
- ***1 colher (sopa) de salsa picada***
- ***1 ovo batido***
- ***2 xícaras (chá) de farinha de milho triturada***
- ***Óleo para fritar***

Escorra a água das latas de milho e reserve o caldo. Em uma panela, coloque a margarina, a cebola e 2 latas de milho escorrido. Refogue por 5 minutos. No liqüidificador, coloque a água reservada e o refogado da panela. Junte o caldo de galinha e bata até virar um creme homogêneo. Despeje a mistura em uma panela grande e junte o leite. Tempere com o sal e misture o milho restante. Leve ao fogo até ferver. Acrescente a farinha de trigo e cozinhe até desprender do fundo da panela. Misture a salsa, deixe esfriar e sove a massa. Faça croquetinhos, passe no ovo batido e na farinha de milho. Frite em óleo bem quente.

Enroladinho de presunto e queijo

20min | 40 porções

INGREDIENTES

- ***500g de presunto fatiado***
- ***500g de queijo fatiado***
- ***1kg de farinha de trigo***
- ***100g de fermento biológico***
- ***2 copos de leite***
- ***1 ovo batido***
- ***1 colher (sopa) de açúcar***
- ***1 copo de água***
- ***1 copo de óleo***
- ***1 colher (sobremesa) de sal***

Em uma panela, coloque o leite, a água e o óleo e leve ao fogo baixo até ficar morno.

Quibe com queijo branco



Foto: Alfredo Franco Produção: Foodlook

⏱ 30min (+10min de descanso)

🍽 40 unidades

Ingredientes

- ***125g de trigo para quibe***
- ***2 xícaras (chá) de água gelada***
- ***1 cebola***
- ***100g de queijo-de-minas cortado em cubos***
- ***2 xícaras (chá) de óleo***
- ***250g de carne (patinho) moída duas vezes***
- ***1/2 pimenta-malagueta moída***
- ***1 colher (chá) de louro moído***
- ***1 colher (sopa) de hortelã***
- ***1/2 colher (chá) de noz-moscada moída***
- ***1/2 colher (sopa) de sal***

Coloque o trigo de molho na água gelada por 10 minutos, sem cobrir totalmente. Escorra, espremendo bem com as mãos para sair toda a água. Passe a cebola no processador. Reserve o queijo, o óleo e, em uma tigela, misture o trigo, a cebola e os ingredientes restantes. Amasse bem com as mãos até obter uma mistura homogênea. Pegue 3 colheres (sopa) da massa e enrole, dando o formato de quibe. Com o dedo indicador, faça um furo no quibe e preencha com o queijo. Feche o furo com a massa. Em uma frigideira, em fogo médio, aqueça o óleo e frite os quibes até ficarem dourados e crocantes.

Em uma vasilha, coloque o fermento, o sal, o açúcar e misture bem. Junte o conteúdo da panela ainda morno e misture, até formar uma pasta homogênea. Coloque metade da farinha e misture. Junte o restante da farinha e continue mexendo com as mãos. Coloque a massa em uma superfície lisa, polvilhada com farinha de trigo. Vá polvilhando a farinha até a massa ficar em ponto de liga. Separe a massa em quatro partes e abra cada uma delas com um rolo, deixando a massa com 1,5cm de espessura. Corte em tiras de mais ou menos 3cm de largura. Coloque uma fatia de queijo e a outra de presunto e enrole tirando os excessos e fechando as pontas. Polvilhe uma fôrma com farinha e coloque os enroladinhos deixando um espaço de 3cm entre um e outro. Pincele com o ovo batido e leve para assar em forno médio preaquecido por cerca de 20 minutos.

Espetinho de camarão

⏱ 2h 🍽 50 unidades

Ingredientes

- ***1kg de camarão médio sem cabeça***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***Suco de 1 limão***
- ***1 xícara (chá) de farinha de trigo***
- ***Óleo para fritar***

Tempere os camarões com o sal, a pimenta e o suco de limão. Deixe descansar por 30 minutos. Espete 3 camarões em um palito de dente e passe na farinha de trigo. Faça isso até acabar os camarões. Frite em óleo bem quente.

Miniquiche de alho-poró



2h | 50 unidades

INGREDIENTES
- ***3 xícaras (chá) de farinha de trigo***
- ***1 colher (chá) de sal***
- ***1 e 1/2 xícara (chá) de margarina***
- ***3 colheres (sopa) de água gelada***

RECHEIO
- ***4 colheres (sopa) de margarina***
- ***3 alhos-porós grandes picados***
- ***1 xícara (chá) de creme de leite***
- ***1/2 xícara (chá) de leite***
- ***4 gemas***
- ***Noz-moscada, sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1 colher (chá) de orégano***

Junte a farinha, o sal e a margarina misturando com as pontas dos dedos. Acrescente a água para dar a liga. Forre o fundo e as laterais das forminhas com a massa. Coloque em uma assadeira, cubra com papel-alumínio e leve à geladeira até o recheio ficar pronto. Para o recheio, aqueça a margarina em uma panela, junte o alho-poró e cozinhe até amaciar. Reserve. Misture o creme de leite, o leite, as gemas e tempere com a noz-moscada, o sal, a pimenta e o orégano. Reserve. Retire as forminhas da geladeira e leve ao forno por 10 minutos cobertas com o papel-alumínio. Recheie com o refogado de alho-poró e cubra com a mistura de creme de leite. Leve ao forno novamente e asse por mais 15 minutos ou até dourar. Desenforme depois de frio.

FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: CAMICADO

Enroladinho de frios

2h | 60 unidades

INGREDIENTES
- ***1kg de massa folhada (comprada pronta)***
- ***2 gemas batidas para pincelar***

RECHEIO
- ***1 cebola picada***
- ***3 colheres (sopa) de cheiro-verde picado***
- ***2 tomates sem sementes picados***
- ***500g de frios de vários tipos picados***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***

Misture os ingredientes do recheio. Abra a massa folhada e corte em tiras. Coloque o recheio no centro das tiras e dobre dando uma volta. Coloque em uma assadeira e pincele com a gema. Corte as tiras recheadas em pedacinhos, mas sem separar. Leve ao forno preaquecido por 20 minutos ou até assar. Sirva!

Croquete de batata e passas

2h | 40 unidades

INGREDIENTES
- ***6 batatas médias cozidas e espremidas***
- ***1 colher (sopa) de manteiga***
- ***2 colheres (sopa) de leite***
- ***150g de uvas passas sem sementes***

Pastel de massa folhada

1h30 | 50 unidades

INGREDIENTES
- *1kg de massa folhada (comprada pronta)*
- *1 gema*

RECHEIO
- *2 colheres (sopa) de azeite*
- *1 dente de alho picado*
- *2 cebolas picadas*
- *3 xícaras (chá) de peito de frango cozido e desfiado*
- *1/2 xícara (chá) de molho de tomate*
- *2 colheres (sopa) de cheiro-verde*
- *1 caixa de requeijão tipo catupiry (410g)*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *Margarina para untar*

Em uma panela, coloque o azeite, o alho, a cebola e deixe fritar por 5 minutos. Junte o frango, o molho de tomate, o sal e a pimenta-do-reino a gosto. Misture bem e deixe cozinhar por 10 minutos. Retire do fogo, adicione o cheiro-verde e deixe esfriar. Abra a massa e corte em círculos. Coloque 1 colher (chá) de recheio e 1 colher (café) de catupiry no centro da massa. Pincele a borda com água e feche em forma de meia-lua, pressionando as bordas para não abrirem. Coloque em uma assadeira untada e pincele com a gema. Leve ao forno por 15 minutos ou até dourar.



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: CAMICADO

- *1 colher (sopa) de salsa picada*
- *2 ovos batidos*
- *2 xícaras (chá) de farinha de rosca*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *Óleo para fritar*

Misture a batata, a manteiga, o leite, as passas, a salsa e tempere com o sal e a pimenta. Modele os croquetes, passe pelo ovo e pela farinha de rosca. Frite até dourar por igual. Retire e escorra em papel-toalha.

Minipizza

2h (+20min de descanso) | 60 unidades

INGREDIENTES

MASSA
- *50g de fermento biológico*
- *1 colher (sobremesa) de sal*
- *1 colher (sopa) de açúcar*
- *1/2 xícara (chá) de óleo*
- *1 xícara (chá) de água morna*
- *1/2kg de farinha de trigo*

RECHEIO
- *1 lata de molho de tomate*
- *400g de mussarela fatiada*
- *Orégano a gosto*

Misture o fermento, o sal e o açúcar. Acrescente o óleo e a água, misture e junte a farinha aos poucos, amassando até desgrudar das mãos. Faça bolinhas e deixe crescer por 20 minutos. Abra as bolinhas com um rolo formando círculos. Coloque em uma assadeira, pincele com o molho de tomate, coloque mussarela por cima e orégano a gosto. Leve ao forno por 15 minutos.

Bolinho nordestino

2h (+24h de descanso)

40 unidades



Foto: Marcelo Breyne Produção: Denise Costa e Cecília Salomão Objetos: Stella Ferraz Cerâmica

Ingredientes

- *500g de abóbora cozida e espremida*
- *3 xícaras (chá) de água*
- *2 cubos de caldo de galinha*
- *2 colheres (sopa) de margarina*
- *500g de farinha de trigo*
- *2 ovos ligeiramente batidos*
- *3 xícaras (chá) de farinha de rosca*
- *Óleo para fritar*

Recheio

- *1kg de carne-seca cozida e desfiada*
- *2 cebolas picadas*
- *4 colheres (sopa) de azeite*
- *1/2 xícara (chá) de salsa picada*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*

Para o recheio, coloque a carne-seca de molho na água de um dia para o outro. Refogue a cebola no azeite. Junte a carne-seca, a salsa, o sal e a pimenta a gosto. Retire do fogo, deixe esfriar e reserve. Em uma panela, coloque a abóbora, a água, o caldo de galinha, a margarina e deixe ferver. Junte a farinha de uma só vez, mexendo até soltar do fundo da panela. Retire do fogo e deixe esfriar. Faça bolinhas com a massa e recheie com a mistura reservada. Passe no ovo batido e na farinha de rosca. Frite em óleo quente e sirva.

Canapê de milho

2h 25 unidades

Ingredientes

- *1 lata de milho verde com a água*
- *1 colher (sopa) de manteiga*
- *1 cebola picada*
- *1 cubo de caldo de galinha*
- *1 colher (sopa) de farinha de trigo*
- *1 lata de creme de leite*
- *1 pacote de torradas para canapê*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *Folhas de salsa para decorar*

Reserve a água do milho e leve a manteiga, o milho e a cebola ao fogo. Deixe fritar por 5 minutos ou até o milho ficar macio. Reserve 2 colheres (sopa) do refogado e bata o restante no liqüidificador com a água do milho, o caldo de galinha, a farinha, o sal e a pimenta a gosto até ficar homogêneo. Leve a mistura ao fogo junto com o milho reservado, mexendo até engrossar. Junte o creme de leite e deixe ferver por 5 minutos ou até apurar um pouco. Coloque 1 colher (chá) em cima de cada torradinha, decore com 1 folha de salsa e sirva.

Camafeu salgado

30min 25 unidades

Ingredientes

- *300g de presunto moído*
- *200g de queijo-de-minas ralado*

Coxinha cremosa

🕘 2h | 50 unidades

INGREDIENTES
- *3 xícaras (chá) de água*
- *8 colheres (sopa) de margarina*
- *2 cubos de caldo de galinha*
- *3 xícaras (chá) de farinha de trigo*
- *2 ovos*
- *Óleo para fritar*

RECHEIO
- *1 cebola picada*
- *3 colheres (sopa) de azeite*
- *1 tomate picado*
- *1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado*
- *Sal e pimenta-do-reino a gosto*
- *1 peito de frango cozido e desfiado*

Para fazer o recheio, refogue a cebola no azeite por 5 minutos. Junte o tomate, o cheiro-verde, o sal e a pimenta. Acrescente o frango e refogue por mais 5 minutos. Reserve. Leve ao fogo a água, a margarina, o caldo de galinha e deixe ferver. Acrescente a farinha e mexa até desgrudar do fundo da panela. Retire do fogo, junte os ovos e mexa até obter uma massa uniforme. Deixe esfriar e sove a massa. Faça as coxinhas e recheie com a mistura reservada. Frite em óleo quente.



FOTO: MARCELO BREYNE PRODUÇÃO: DENISE COSTA E CECÍLIA SALOMÃO OBJETOS: CAMICADO

- *2 colheres (sopa) de margarina*
- *Nozes para decorar*

Misture todos os ingredientes, menos as nozes. Amasse bem até formar uma pasta firme. Faça bolinhas, achate, decore com metade de uma noz e distribua em forminhas de papel.

Coxinha de mandioca

🕘 1h30 | 60 unidades

INGREDIENTES
- *1 e 1/2 xícara (chá) de leite*
- *1 e 1/2 xícara (chá) de água*
- *2 cubos de caldo de galinha*
- *Sal a gosto*
- *3 colheres (sopa) de cheiro-verde picado*
- *2 xícaras (chá) de mandioca cozida e espremida*
- *3 colheres (sopa) de manteiga*
- *3 xícaras (chá) de farinha de trigo*
- *2 ovos*
- *2 xícaras (chá) de farinha de rosca*
- *Óleo para fritar*

RECHEIO
- *2 peitos de frango defumados e desfiados*
- *1 caixa de catupiry*

Em uma tigela, misture bem os ingredientes do recheio. Para fazer a massa, em uma panela, leve ao fogo o leite, a água, o caldo de galinha, o sal, o cheiro-verde, a mandioca, a manteiga e deixe ferver. Adicione a farinha de uma só vez, mexendo até soltar do fundo da panela. Retire do fogo, coloque em uma superfície lisa e espere esfriar. Sove a massa, faça bolinhas e recheie com a mistura reservada. Feche no formato de uma coxinha, passe nos ovos batidos e na farinha de rosca. Frite em óleo quente. Retire do fogo e escorra em papel-toalha.

Salgadinho de queijo especial

2h | 50 unidades



Foto: Marcelo Breyne Produção: Denise Costa e Cecília Salomão Objetos: Camicado

INGREDIENTES

- ***500g de massa folhada (comprada pronta)***
- ***1 gema***

RECHEIO

- ***300g de ricota amassada***
- ***200g de queijo parmesão ralado***
- ***1 colher (sopa) de manteiga***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***

Corte a massa folhada em retângulos. Enrole em canudos de alumínio. Disponha em uma assadeira e pincele com a gema. Leve ao forno preaquecido até dourar. Deixe esfriar e desenforme. Misture os ingredientes do recheio e coloque dentro dos canudos. Sirva em seguida.

Palitinho de queijo

2h (+30min de descanso)

100 unidades

INGREDIENTES

- ***15g de fermento biológico***
- ***1 xícara (chá) de leite morno***
- ***3 xícaras (chá) de farinha de trigo***
- ***2 gemas***
- ***1 colher (sopa) de manteiga***
- ***Sal a gosto***

RECHEIO

- ***1/2 kg de queijo fresco***
- ***2 claras***
- ***100g de queijo parmesão ralado***

Dissolva o fermento no leite e acrescente os demais ingredientes até ficar uma massa homogênea. Sove a massa bem e deixe crescer por 30 minutos. Abra a massa com um rolo e corte retângulos. Corte o queijo em retângulos menores, disponha sobre a massa e enrole, prendendo bem as pontas. Passe a parte de cima na clara e depois no queijo ralado. Coloque em uma assadeira e leve ao forno preaquecido até dourar.

Pastel de carne

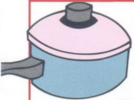
1h30 | 40 unidades

INGREDIENTES

- ***3 colheres (sopa) de azeite***
- ***1 cebola picada***
- ***1/2kg de carne moída***
- ***Sal e pimenta-do-reino a gosto***
- ***1 lata de seleta de legumes***
- ***500g de massa de pastel redonda (comprada pronta)***

Numa panela, coloque o azeite e a cebola, e deixe refogar por 5 minutos ou até a cebola amaciar. Junte a carne e tempere com o sal e a pimenta. Refogue a carne mexendo por 15 minutos ou até ficar bem sequinha. Acrescente a seleta de legumes, desligue o fogo e deixe esfriar. Recheie as massas, apertando as laterais com um garfo. Leve ao forno por 15 minutos ou até dourar.

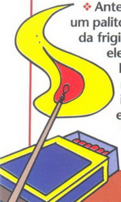
Dicas úteis — Tudo para deixar o seu dia-a-dia mais prático!!!



❖ Para que a sua casa não fique com cheiro de fritura, ferva uma casca de laranja em uma panela com água ao lado da frigideira.

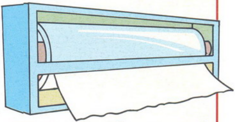
❖ Se quer manter a sua saúde em dia, evite reutilizar o óleo das frituras, já que o calor acaba alterando as características da gordura.

❖ Ao retirar os salgadinhos da frigideira, vá colocando um ao lado do outro numa vasilha e não um em cima do outro.



❖ Antes de fritá-los, jogue um palito de fósforo dentro da frigideira e espere que ele acenda para saber se o óleo está na temperatura ideal. Se o óleo não estiver bem quente, o salgadinho poderá ficar engordurado.

❖ Para que os salgadinhos não fiquem gordurosos, acrescente à massa 1 colher (sopa) de vinagre.



❖ Forre uma vasilha com papel-toalha para colocar os bolinhos. Espere escorrer a gordura antes de transferi-los para o recipiente que for utilizar para servir.

❖ Na hora de fritar os salgadinhos, coloque no máximo 3 unidades na frigideira para que eles não se abram.

❖ Aqueça bem a frigideira antes de colocar o óleo.

❖ Coloque um pouco de sal no fundo da frigideira, antes de esquentar o óleo, para a gordura não espirrar.

